

Информация о новой коронавирусной инфекции

<u>Как передается вирус?</u>	<u>Что нужно делать, чтобы не заразиться?</u>	<u>Что нужно делать, чтобы не заразить окружающих?</u>
<p>Пути передачи:</p> <ul style="list-style-type: none">- воздушно-капельный (при кашле, чихании, разговоре),- воздушно-пылевой (с пылевыми частицами в воздухе),- контактный (через рукопожатия, предметы обихода) <p>Факторы передачи:</p> <ul style="list-style-type: none">• воздух (основной),• пищевые продукты и предметы обихода, контактированные вирусом.	<ul style="list-style-type: none">- Избегайте поездок в страны, где регистрируются случаи новой коронавирусной инфекции.- Избегайте контактов с людьми, имеющими признаки простуды и ОРВИ (выделения из носа, кашель, чихание и др.).- Избегайте мест массового скопления людей.- Как можно чаще мойте руки с мылом. При отсутствии доступа к воде и мылу используйте одноразовые спиртовые салфетки или увлажняющие гигиенические салфетки.- Прикасайтесь к лицу и глазам только недавно вымытыми руками или одноразовой салфеткой.- По возможности – не прикасайтесь к ручкам, перилам, другим предметам и поверхностям в общественных местах и ограничьте приветственные рукопожатия, поцелуи и объятия.- Надевайте одноразовую медицинскую маску в людных местах и транспорте.- Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.- Регулярно делайте влажную уборку в помещении, в котором находитесь.- Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансированно питайтесь и регулярно занимайтесь физическими упражнениями.	<ul style="list-style-type: none">- При появлении признаков ОРВИ оставайтесь дома и вызовите врача. Минимизируйте контакты с другими людьми.- Используйте одноразовую медицинскую маску. Если нет маски, при кашле и чихании прикрывайте рот одноразовым платком или салфеткой. При невозможности – прикрывайте рот областью локтевого сгиба.- Не прикрывайте рот кистями рук при кашле и чихании, так как это способствует распространению вируса. При невозможности – немедленно вымойте руки с мылом или тщательно протрите их одноразовыми спиртовыми салфетками или увлажняющими гигиеническими салфетками.- Использованные платки и салфетки выбрасывайте в мусорные баки.

!!! Информация размещена на официальном сайте Министерство здравоохранения РФ
<https://www.rosminzdrav.ru/>